

# エコプラザごうど

## インフォメーション

### ◆開館日

5月1日(日)、11日(水)、18日(水)、  
25日(水)

開館日をご確認のうえ、お出かけください。

### ◆開館時間 9:00~11:00

※来館時には、マスクを着用し、他の利用者との距離を確保してください。

※この施設は、資源ごみ回収の施設です。

開館日(時間)以外の持ち込み、可燃ごみ・不燃ごみ・粗大ごみの持ち込みは、お断りしております。

し尿くみ取り収集予定表(5月)	
収集予定日	くみ取り収集地区
2日	昭和町・三津屋・高塚・起・幸町・栄町・宮町・井田
6日・7日	更屋敷・末守・西保・新西保
9日・10日	福井・新和・丈六道・安次・田・和泉
12日・13日	南方・八条・加納・中沢・齊田・柳瀬
19日・20日	本町・上新町・あさひ町・瀬古
25日・26日	鍛冶屋町・川西・前田・東方・新屋敷・下宮・横井・北一色・峰之井・第一中島・西座倉・落合・付寄・横町・下新町
中央清掃(株) 神戸営業所 ☎27-6181	

昨年と比べ可燃ごみ量は

# 76トン

## 減量!

可燃ごみ量(町収集分) 単位:トン		
	3月	年度計
令和2年度	239	2,959
令和3年度	233	2,883

今後も皆さまのご協力をお願いします。  
※各年度とも4月~3月までの累計

### ◆回収品目

ビン類、アルミ缶、スチール缶、ペットボトル、プラスチックボトル、牛乳パック、新聞、チラシ、雑誌、段ボール、古着、毛布(電気毛布は不可)、雑紙、小型家電

※ビン等は水洗いして出してください。汚れている物は、お返すことになります。

※プラスチックボトルは、中を水洗いし、キャップと容器を分けてお持ちください。(ポンプは不燃ごみへ)

※ペットボトルは、中を水洗いし、ラベルをはがして出してください。

※スプレー缶は、中身を使い切り、風通しの良い安全な野外で穴をあけてから出してください。

※新聞・チラシ・雑誌・段ボールは、ひもで堅く縛ってお持ちください。

※小型家電はデジタルカメラ、携帯電話、家庭用ゲーム機で縦15cm×横30cm×奥行き30cm程度の大きさまでが対象です。パソコンなどの家電リサイクル法対象品目は回収できません。

産業環境課 ☎27-0178



#### 材料(4人分)

じゃが芋 ……350g      いりごま ……適量  
豚ひき肉 ……200g      ねぎ・  
焼肉のたれ ……大さじ4      韓国のり・ラー油  
酒 ……大さじ1      ……お好みで

(1人分)

エネルギー	たん白質	カルシウム	食物繊維	塩分
239kcal	12.3g	60mg	9.4g	1.6g

### ●ヘルシークッキング● 食生活改善協議会

## Healthy Cooking

### 焼肉のたれを活用☆旬のじゃがいもアレンジレシピ 韓国風じゃが芋の旨辛そぼろ和え

今月ご紹介するレシピは、「韓国風じゃが芋の旨辛そぼろ和え」です。じゃがいもはどんな料理にも変身しやすい食材ですが、アレンジがマンネリ化しやすいのが実際ですよね。今回は、旬のじゃがいもをピリッと辛い韓国風に仕上げました。電子レンジを活用した時短メニューです。ぜひお試しください♪

#### 作り方

- ①じゃが芋は皮を剥いて厚さ8mm程度の半月切りにし、水に浸しておく。次に水気をきり、耐熱皿に移してラップをし、電子レンジ(600w)で4分程度加熱をする。
- ②豚ひき肉・焼肉のたれ・酒をフライパンに入れて加熱をし、そぼろを作る。仕上げにいりごま・ラー油で味をつける。
- ③②へ①を入れて和える。
- ④器に③を盛り付け、上からねぎ・韓国のりを散らしたら完成。

♪焼肉のたれを使用するので、簡単にコクのある味わいに♪

♪お好みで辛さの調節を♪